

노인 점심모임 및 교통편의 안내 (Korean)

노인 점심모임 및 교통편의 안내의 소개

아시아인 아메리칸 리소스 센터(AARC)의 노인 점심모임은 본 센터의 레크레이션 및 세대 간 커뮤니티 교육(RICE) 프로그램의 일부입니다. 무료 점심은 최대 60 명까지의 유자격 참가자들에게 월요일, 화요일, 수요일, 및 목요일 오전 11:30 부터 오후 12:30 까지 제공합니다. 개인별 식사는 따뜻하게 조리하며 아시아적 영감을 담아드리는 식사입니다. 참가자들의 교통편의는 제한된 공동이용방식으로 제공해드립니다.



SENIOR LUNCH SOCIAL HEALTH & WELLNESS RECREATIONAL ACTIVITIES INTERGENERATIONAL GARDEN

노인 점심모임에 대한 자격요건

Austin 전체 시내에 거주하는 주민으로서 연세가 60 세 이상이어야 AARC 에서 준비하는 무료 노인 점심을 받으실 수 있는 자격이 됩니다. 모든 분들을 환영하고 초대를 받지만, 먼저 유자격 참가자들이 우선대상입니다. 자격이 되지 않는 참가자분들께서는 \$5 를 부담하시는 식사가 마련됩니다.

노인 점심모임 등록

처음으로 오신 참가자분들께서는 성인 등록신청서 양식을 작성해 주시고 사진 신분증을 제시하여 적격성을 입증하셔야 합니다. 성인 등록신청서 양식 용지는 AARC 에서 구할 수 있으며, 또는 “양식” 아래의 AARC 노인 프로그램 웹페이지 하단에서 찾아보실 수도 있습니다.

식사 예약

참가자분들의 점심 예약은 당일로부터 7 일 전에만 AARC 에 (512) 974-1700 번으로 전화를 하시거나 이메일 주소 rani.arni@austintexas.gov 로 이메일을 주시기 바랍니다. 참가자분들은 주당 최대 1 식에 한해서만 등록이 가능합니다. 일체의 식사 예약용 이메일 및 전화는 시설의 정규 업무시간 중에만 받습니다.

식사 예약을 하지 못하시더라도, 여전히 AARC 에서는 환영하며 식사시간을 전후해 열리는 노인 프로그램 및 레크레이션 활동 일체에 참가하실 수 있습니다. 무료로 드리는 차 및 커피는 점심시간 전에 서빙해드립니다.

개인 또는 대중교통편의 이용권이 제한됨으로 인해, 저희의 셔틀 서비스를 이용하시는 참가자분들이 우선순위가 됩니다.

도착 체크인 & 워크인 대기자 명단

노인 점심모임을 위해 AARC 에 도착하시는 즉시, AARC 직원들과 로비에서 체크인을 하신 후 식권을 받으십시오. 처음 오신 참가자분들께서는 ID 통행증을 만들기 위하여 사진촬영이 있게 됩니다. 노인 점심모임 식사시간은 지체없이 오전 11:30 에 시작합니다. 참가자분들께서는 오후 12:30 까지는 도착하셔야 식사제공을 받으실 수 있습니다.

오후 12:30 이 지나면, 배식되지 않은 음식 일체는 워크인 참가자분들에게 선착순으로 나눠드립니다. 워크인 대기자 명단은 식사 당일 오전 9 시에 시작합니다. AARC 직원들은 대기자 명단에 오르신 순서대로 배식을 하므로, 반드시 도착하시는 즉시 저희 접수계 안내원에게 대기자 명단에 추가되기 원하신다는 의사를 밝히시도록 합니다.

다이어트(규정식) 필요성에 대한 조정

RICE 프로그램에서는 건강한 영양성분에 중점을 두고 아시아적 영감을 담은 식사를 제공합니다. AARC 직원들은 영양사와 함께 일하며 저희의 공급업체들이 내놓은 음식에 대하여 다이어트 및 영양학적 지침을 개발했습니다. 식사는 단백질, 비전분(비녹말) 채소로 최소 1 인분의 양, 곡물/빵/전분 채소로 최소 1 인분의 양, 과일 1 인분의 양 및 음료로 구성합니다.

상세한 내용은 저희 웹사이트 <http://www.austintexas.gov/page/senior-programs> 에 매월 게재하는 메뉴를 참고하시기 바랍니다. 채식주의자 옵션은 식사를 제공하는 날마다 이용하실 수 있습니다. 채식주의자 점심이 필요하실 경우, 식사를 예약하실 때 AARC 직원에게 알려주시기 바랍니다. 일체의 음식 알러지 또는 기타 특별한 요구사항에 관해서도 직원들에게 알려주시면 타당한 조절방안을 감안해드리겠습니다.

유자격 노인 점심모임 참가자를 위한 노인 교통편

3명 이상의 노인 점심모임 참가자분들을 위해 제한된 공동 픽업 서비스를 제공하여 AARC 까지 모실 수 있습니다. 저희 루트 옵션을 확인하시려면 월별 일정표를 참고하시기 바랍니다. 오스틴 지역의 역외 관할구역은 교통편의 자격을 드리지 못하고 있습니다. 저희에게는 이동 시마다 14 인승 승합차 밴 1 대를 운용하며, 휠체어 이용은 되지 않습니다. AARC 셔틀을 타고 노인 점심모임에 오시는 참가자 하시는 분들은, 식사예약을 하신 등록자가 아닌 다른 분들을 저희 밴으로 함께 동반하실 수 없습니다.

기타 AARC 의 노인활동

RICE 프로그램 활동 공간에는 탁구, 바둑(일본명 고우/중국명 웨이치), 체스, 체커, 마작, 만칼라, 고스톱, 화투(하나후다), 수도쿠, 까롬, 두뇌 게임, 가라오케, 컴퓨터 기본반 등 이 망라되어 있습니다. 또한 무료 컴퓨터실 및 다양한 언어로 된 도서와 정기 간행물을 구비한 도서관도 있습니다. AARC 는 또한 정기적으로 교대되는 미술품과 역사 전시회 공간도 마련해드리고 있습니다. 참가자들께서는 자신의 미술 및 공예 프로젝트를 본 센터로 가져오셔서 진행하시도록 이를 환영하는 바입니다. 타이치(태극권), 요가, 피트니스 비디오, 건강강좌, 및 기타 토픽들을 비롯한 웰빙 클래스가 정기적으로 열리고 있습니다. 전체 활동 캘린더는

온라인으로 웹페이지 www.austintexas.gov/page/senior-programs 를 방문, [AARC Senior Programs](#) 를 참고하시기 바랍니다.

다중언어 지원

AARC 직원들은 다양한 언어를 구사합니다. 대표전화 (512) 974-1700 번으로 지원을 요청하실 수 있습니다. 다중언어 구사자 직원들의 서비스는 일정 및 이용 가능성으로 인해 특정 시간대에는 전화로만 이용할 수 있다는 점을 유의하시기 바랍니다.

Rani Arni (Hindi हिन्दी, Telugu తెలుగు, Urdu اردو) Recreation Programs Specialist	Victoria Tran (Vietnamese Tiếng Việt) Administrative Specialist
Sona Shah (Gujarati ગુજરાતી) Cultural & Arts Education Manager	Shutong Hao (Mandarin Chinese 中文) Cultural & Arts Activity Leader
Eric Oeur (Khmer ភាសាខ្មែរ, Spanish Español) Marketing Representative	

Austin 노인 공동식사

AARC 의 노인 점심모임 외에도, 오스틴 시 공원 및 레크레이션 담당국(City of Austin Parks and Recreation Department)에서는 오스틴 전역에 주 5 일간 공동식사의 제공을 위한 저희의 파트너로서 8 개소의 레크레이션, 이웃봉사 및 노인활동 센터로 가는 도시락 배달봉사를 환영하는 바입니다. 노인공동식사 프로그램(Senior Congregate Meals Program)은 60 세 이상의 노인 누구에게나 열려 있습니다. 식사는 제안된 클라이언트 세어(Client Share) 기부금이 \$1.00 - \$3.00 이지만, 반드시 기부를 요구하지는 않습니다. 점심 외에도, 참가자들은 사교 및 레크레이션 활동을 함께 나누고 영양학 강좌, 건강 및 복지상담 및 정보와 의뢰 서비스와 같은 혜택이 더해집니다. 장소들은 다음과 같습니다:

- Alamo Recreation Center, 2100 Alamo Street, 전화: (512) 974-5680
- Conley-Guerrero Senior Activity Center, 808 Nile Road, 전화: (512) 978-2660
- Dove Springs Recreation Center, 5801 Ainez Dr, 전화: (512) 447-5875
- Gus Garcia Recreation Center, 1201 East Rundberg, 전화: (512) -339-0016
- Metz Recreation Center, 2407 Canterbury Street, 전화: (512) -478-8716
- South Austin Neighborhood Center-Durwood, 2508 Durwood, 전화: (512) 972-6840
- South Austin Senior Activity Center, 3911 Manchaca Road, 전화: (512) 448-0787
- Virginia Brown Recreation Center, 7500 Blessing Avenue, 전화: (512) 974-7865

공동식사 프로그램에 관한 추가 정보는 전화 (512) 476-6325 번을 이용하십시오. 노인 성인 레크레이션 및 사교활동에 관한 문의는 전화 (512) 974-3903 번입니다.

Austin 노인활동 센터

전통적인 레크레이션 활동은 특별히 아래에 열거된 공원 및 레크레이션 담당국의 노인활동 센터 3 개소에서 노인들에게 제공되고 있습니다. 이 외에도, 기타 레크레이션 센터와 Dougherty Arts Center 에서는 성인과 노인들에게 수많은 프로그램들을 제공하고 있습니다.

- Conley-Guerrero Senior Activity Center 808 Nile Street, TX 78702, 전화: (512) 978-2660
- Senior Activity Center – Lamar 2874 Shoal Crest Ave., TX 78705, 전화: (512) 474-5921
- South Austin Senior Activity Center 3911 Manchaca Road., TX 78704, 전화: (512) 448-0787

기타 노인 교통편 옵션

[Austin Parks & Recreation Senior Transportation](#) 에서는 AARC 에 편도 \$3 의 셔틀 서비스를 제공합니다.

서비스 정보가 더 필요하시면, 전화 (512) 974-1464 번으로 연락하시기 바랍니다. 60 세 이상 노인에 대한 Reserve-a-Ride 및 Errands(비의료) 서비스는 월-금, 오전 8:00-오후 5:00 에 제공되며, 서비스는 필요할 경우, 도움을 통한 커브 투 커브(문 앞까지 승하차 지원)입니다.

[Drive A Senior](#) 는 지역의 비영리 서비스로서, 오스틴 지역 자원봉사자들과 차량이송 서비스가 필요한 노인과 연결해드립니다. 노인들은 반드시 운전을 하지 않거나 운전에 제한이 되는 60 세 이상이어야 하며, 어느 서비스 구역의 경계 내에서 이루어집니다. 노인들은 반드시 스스로 걸거나 워커 및 지팡이를 사용해 걸으실 수 있어야 합니다. 웹사이트 volunteerdriving.com 을 방문, 귀하의 서비스 구역에 대한 연락처 정보를 찾아보시기 바랍니다.

ADA 접근이용 교통편

City of Austin 및 Capital Metro 에서는 휠체어 사용이 가능하며 ADA 교통편 옵션도 이용 가능합니다. [Austin Parks & Recreation Senior Transportation](#) 에는 전화 (512) 974-3914 번을 이용하고, [Capital Metro, Metro Access Services](#) 에는 전화 (512) 389-7501 번으로 추가 정보를 얻으시기 바랍니다.

접근성

Austin 시는 미국장애복지법(ADA)을 이행, 준수하는 데 자부심을 가집니다. AARC 시설 및 주차장은 ADA 를 준수하고 장애자의 이용이 가능합니다. 본 시설의 이용에 있어 추가 도움이 필요하실 경우, AARC 의 전화 (512) 974-1700 번을 이용하시기 바랍니다.

